



TRABAJO FIN DE MÁSTER

**REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA Y
PROPUESTA DE INCLUSIÓN EN EL
CURRÍCULUM DE EDUCACIÓN FÍSICA
PARA SEGUNDO CICLO**

Estudiante: MIGUEL ÁNGEL SÁNCHEZ MARTOS

Especialidad: EDUCACIÓN FÍSICA

Tutor/a: ALBA ROLDÁN ROMERO

Curso académico: 2023-24



ÍNDICE

1. Resumen y palabras clave.....	3
2. Introducción.....	4
3. Revisión bibliográfica y resultados.....	6
4. Propuesta práctica.....	14
5. Conclusiones.....	24
6. Referencias.....	26





I. Resumen y palabras clave

La inclusión del alumnado con necesidades especiales de aprendizaje es crucial en el entorno escolar, sin embargo, su implementación supone desafíos que requieren un enfoque integral considerando aspectos sociales, culturales y pedagógicos. En España se contemplan leyes que incorporan el deporte adaptado como un componente esencial del currículo de educación física y lo define como las modalidades deportivas adaptadas para personas con discapacidad.

La implementación de estos deportes como parte de las planificaciones de aula en secundaria puede ayudar a sensibilizar hacia la discapacidad y a favorecer la inclusión de alumnos con necesidades especiales de aprendizaje.

En el currículum de la Comunidad Valenciana, el deporte inclusivo se ubica en el Bloque 5 de "Manifestaciones de la cultura motriz". Sin embargo, la falta de una guía detallada sobre cómo estructurar estos contenidos y qué aspectos tener en cuenta para su ejecución dificulta su implementación efectiva para los docentes.

El presente trabajo pretende abordar dicha problemática mediante una revisión bibliográfica de diferentes artículos que abordan esta temática en primaria y secundaria, así como, una propuesta práctica que ayude a los docentes a conocer las características a tener en cuenta para organizar sus contenidos en primer y segundo ciclo con un ejemplo específico a llevar a cabo en segundo ciclo de secundaria.

Palabras clave:

Deportes adaptados, inclusión, educación física (EF), alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (NEAE).



2. Introducción

La inclusión del alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (NEAE) en el entorno escolar ha sido un tema relevante tanto a nivel internacional como nacional (Florian, 2014). En un contexto donde la diversidad se reconoce como un valor fundamental en la educación (Booth & Ainscow, 2015), la promoción de prácticas inclusivas se ha convertido en un objetivo prioritario para los sistemas educativos en todo el mundo.

La legislación internacional y nacional desempeñan un papel fundamental en la garantía y protección de los derechos de este colectivo de estudiantes. Normativas como la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de las Naciones Unidas (Naciones Unidas, 2006) y leyes nacionales específicas como la Ley 2/2013, de 15 de mayo, de Igualdad de Oportunidades para las Personas con Discapacidad, establecen los principios y directrices para asegurar la igualdad de oportunidades, el acceso a una educación de calidad y el pleno desarrollo de todas las personas, incluidas aquellas con necesidades educativas especiales. Sin embargo, la aplicación práctica de estas leyes y directrices puede presentar desafíos y requerir un enfoque integral que considere tanto los aspectos legales como los pedagógicos, sociales y culturales (Cabero-Almenara et al., 2019).

En el ámbito educativo español, la inclusión del alumnado con NEAE ha ocasionado notables cambios en el currículo educativo, como se evidencia en el enfoque de la educación física (EF). En este sentido, la EF se plantea como un escenario propicio para promover la participación inclusiva y realista de todos los alumnos, sin distinción de capacidades, tal y como establece la Ley Orgánica 3/2020, buscando más allá de su tradicional enfoque en el desarrollo físico y habilidades motoras (Díaz-Pérez et al., 2016). Por ello, uno de los cambios más significativos en el currículum de EF es la incorporación de contenidos de deporte adaptado como un elemento esencial (Ocete, 2017).

Se entiende por deporte adaptado todas aquellas modalidades deportivas que se adaptan al colectivo de personas con algún tipo de discapacidad, bien porque se han realizado una serie de adaptaciones y/o modificaciones para facilitar la práctica de ese colectivo, o porque la propia estructura del deporte permite su práctica (Reina, 2010). La incorporación de estos contenidos puede resultar beneficioso para el alumnado, ya que puede tener un impacto positivo al fomentar una mayor inclusión y sensibilización hacia la discapacidad, tanto a nivel físico como psicosocial, según lo señalado por Vázquez (2000). Además, estos beneficios podrían extenderse a una escala más amplia en comparación a otros contenidos curriculares, como pueden ser los deportes tradicionales tal y como mencionan Lozano y Ros (2017). Sin embargo, para que estos beneficios sean constatables, se necesita una adecuada estructuración de dichos contenidos curriculares.

Específicamente, dentro del currículum de segundo ciclo, en los saberes específicos que se nombran en la LOMLOE de la Comunidad Valenciana, se especifican en el Bloque 5, concretamente en el Subbloque 5.2 “Deporte como manifestación cultural”, en el Grupo 2: “El deporte inclusivo y adaptado”, se nombran apartados a trabajar la diversidad funcional física, psíquica y sensorial, entidades próximas, acontecimientos deportivos y práctica y concienciación (Conselleria d'Educació, Cultura i Esport de la Comunitat Valenciana, 2023). Sin embargo, no se describe cómo estructurar ni planificar estos saberes.

La falta de estructuración del contenido de deporte adaptado en el currículum de la ESO está relacionada con la falta de formación de los profesionales de educación física (Rubio, et al., 2014). Conocer las demandas físicas, cognitivas y sociales que conllevan los deportes adaptados es fundamental para considerar su implementación y progresión en el ciclo educativo (Vázquez, 2000).

Por tanto, teniendo en cuenta lo anteriormente mencionado, el objetivo del presente trabajo es realizar una propuesta práctica para la distribución de contenidos a plantear dentro de una situación de aprendizaje de deporte adaptado en segundo ciclo.



3. Revisión bibliográfica y resultados

En primer lugar, se realiza una lectura del Currículum oficial de Educación Física de la Comunidad Valenciana para identificar los contenidos principales en deporte adaptado que se consideran para trabajar en el segundo ciclo de la ESO.

Esta primera lectura nos indica textualmente que: “El aprendizaje de las habilidades motrices y la aplicación de conceptos implicados como comunicación y contra comunicación motriz ayudará al alumnado a aumentar su seguridad, competencia, eficacia y eficiencia en el movimiento, el proceso del juego y el resultado como inicio de un proceso reflexivo. Así mismo, el deporte escolar y las competencias motrices implicadas pueden mejorar su desarrollo físico, cognitivo y emocional, siendo importante que el contexto de práctica sea inclusivo respecto a las características individuales, identidad de género y nivel de habilidad”

El deporte inclusivo queda englobado dentro Bloque 5 de saberes, que se describe como “Manifestaciones de la cultura motriz”, siendo la parte específica descrita mediante una tabla en el Grupo 2: “El deporte inclusivo y adaptado”.

Tabla 1.

Distribución de saberes de deporte inclusivo por ciclos de secundaria.

<i>GRUPO 2. El deporte inclusivo y adaptado</i>	<i>1er Ciclo</i>	<i>2º Ciclo</i>
<i>Diversidad funcional, psíquica y sensorial.</i>	X	X
<i>Entidades próximas.</i>	X	X
<i>Acontecimientos deportivos.</i>		X
<i>Práctica y concienciación</i>	X	X

Con respecto a las competencias específicas descritas en el mismo documento referentes a estos saberes, el currículum hace referencia a CE1, CE2 y CE3.

- CE1. Integrar un estilo de vida activo mediante la práctica de la actividad física y deportiva autorregulada y el establecimiento de conexiones entre los hábitos de comportamiento cotidianos y el bienestar físico y mental.

- CE 2. Resolver con éxito diferentes retos y situaciones motrices a través de propuestas físicas y deportivas específicas aplicando las técnicas, tácticas y estrategias de juego adecuadas.
- CE3: Participar en procesos de creación de naturaleza artístico-expresiva mediante el uso del cuerpo, el gesto y el movimiento como medios de autoconocimiento para expresar ideas y sentimientos.

Cada CE tiene sus propios criterios de evaluación que se deberán cumplir para el primer ciclo de la ESO (1º y 2º) y para el segundo ciclo de la ESO (3º y 4º).

Una vez ubicado el contenido relacionado con materia de inclusión dentro del currículum de EF de la Comunidad Valenciana, realizamos una revisión bibliográfica de artículos seleccionados abarcando las bases de datos electrónicas: “Google Scholar”, “Scopus”, “Dialnet” y “Psycinfo” con los siguientes términos de búsqueda: “deporte adaptado”, “boccia”, “voleibol sentado”, “situación de aprendizaje adaptada”, “deporte inclusivo” y “unidad didáctica adaptada”.

Para su lectura en profundidad tuvimos en cuenta los siguientes criterios de inclusión: trabajos que consideren deportes adaptados en el ámbito de la educación, ya sea primaria o secundaria; planteamientos metodológicos de utilización de deportes adaptados en situaciones de aprendizaje o unidades didácticas, artículos que traten de la mejora de la inclusión a través de la EF.

Como criterios de exclusión tuvimos en cuenta los artículos que planteasen situaciones de aprendizaje o unidades didácticas que no fueran de deportes adaptados; artículos que estuviesen escritos en castellano; trabajos que no se lleven a cabo en primaria, secundaria o bachillerato.

Tras la aplicación de estos criterios se procedió a realizar una lectura completa de 8 trabajos, los cuales se resumen los resultados más relevantes de los mismos en la siguiente tabla:

Tabla 2.
Resumen de los nueve papers revisados.

Autor/a	Año	Ámbito	Ciclo - curso	Muestra	Resultados	Conclusiones
Abellán, J.	2017	Boccia	Primaria	Actividades y juegos adaptados de boccia para la enseñanza en primaria	La inclusión de para-deportes como la boccia en la educación física en primaria puede promover la inclusión, sensibilización y cambio de actitudes hacia la discapacidad entre los alumnos.	La enseñanza de la boccia y otros deportes adaptados en primaria puede contribuir al desarrollo de habilidades motoras, estratégicas y de trabajo en equipo en los estudiantes.
Abellán, J.	2018	Boccia	Secundaria	28 estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria de un centro en Castilla-La Mancha con una distribución equitativa entre géneros y edades.	La Unidad Didáctica de boccia mejoró las actitudes hacia la discapacidad en Educación Física, especialmente a nivel cognitivo.	Los estudiantes valoraron positivamente la boccia como una herramienta para la educación en valores y la sensibilización social, pero menos para el desarrollo de habilidades motrices.
Abellán, J., & Segovia, Y.	2022	Voleibol sentado	Primaria y 3º ESO	180 estudiantes, 100 de quinto curso de Educación Primaria y 80 de tercer curso de Educación Secundaria.	El programa MED-ApS Sensibilizador tuvo efectos positivos moderados en la mejora de las actitudes hacia la discapacidad de los participantes.	Se resalta la valoración positiva del rol de capitán cuando es ocupado por un alumno con discapacidad.
Campos-Campos, K.	2023	Deportes paralímpicos en EF	Secundaria	58 estudiantes de educación secundaria de dos centros educativos en la comuna de Chillán, Chile.	El grupo experimental mostró una mejora significativa en las actitudes hacia la inclusión de estudiantes con discapacidad en Educación Física, especialmente en la dimensión conductual.	La práctica de deportes paralímpicos se identificó como una herramienta fundamental para promover un cambio positivo en las actitudes hacia la discapacidad.

Gómez, J.	2009	Baloncesto silla ruedas	Secundaria	Grupo de 28 alumnos, siendo uno de ellos un alumno con discapacidad física.	La necesidad de adaptar las actividades de baloncesto para incluir el reglamento del baloncesto en silla de ruedas.	Es fundamental adaptar las actividades de baloncesto para permitir la participación de todos los alumnos sin rebajar el nivel de exigencia.
Pérez, J., & Sampedro, J.	2003	Baloncesto en silla de ruedas	Secundaria	Progresión metodológica para la enseñanza y aprendizaje del Baloncesto en Silla de Ruedas (BSR).	El documento presenta una guía estructurada para la enseñanza del Baloncesto en Silla de Ruedas, destacando reglas clave y recomendaciones prácticas para la iniciación en este deporte adaptado.	El Baloncesto en Silla de Ruedas permite la participación inclusiva de personas con discapacidad física, ofreciendo una guía práctica para su enseñanza efectiva.
Pérez-Torralba, J.	2022	Voleibol sentado	5º primaria y 3º ESO	181 participantes, 80 de 3º de ESO y 101 de 5º de EP.	El programa mostró mejoras significativas en las actitudes del grupo experimental tras la intervención.	Se destaca la importancia de utilizar deportes adaptados como contenido de Educación Física para promover valores y sensibilización social.
Robles-Rodríguez, J.	2017	Deportes adaptados	Bachillerato	15 alumnos de bachillerato.	Los deportes adaptados fomentaron la igualdad de oportunidades, el respeto y la sensibilización social.	Se recomienda la inclusión de deportes adaptados en el currículum de educación física en Secundaria para promover valores como la igualdad de oportunidades y el respeto.

Trabajar con deportes adaptados en 1º y 2º de ESO es fundamental debido a las características maduración de los estudiantes en estas edades para favorecer su sensibilidad hacia el colectivo con discapacidad. Deportes como la boccia y el goalball son menos exigentes físicamente y están diseñados para fomentar la cooperación y las habilidades sensoriales (Abellán, 2017 y Abellán, 2018). La boccia, por ejemplo, requiere un espacio liso y bolas que incluso se pueden construir los propios alumnos/as, lo cual es accesible para la mayoría de los centros educativos, permitiendo que los estudiantes desarrollen habilidades motoras básicas en un entorno inclusivo. El goalball, con su enfoque en el uso de balones sonoros y antifaces, ayuda a los jóvenes a mejorar la percepción sensorial y la cooperación.

Por otro lado, en 3º y 4º de ESO, es apropiado introducir deportes adaptados que presenten mayores desafíos físicos y que fomenten el trabajo en equipo y la inclusión a un nivel más avanzado. Deportes como el baloncesto en silla de ruedas y el voleibol sentado son ideales para estos niveles (Pérez-Torralba, 2022). El baloncesto en silla de ruedas, por ejemplo, permite a los estudiantes participar en un deporte de alta intensidad, promoviendo la igualdad y la inclusión sin reducir el nivel de exigencia física (Pérez, 2003). Estos deportes no solo mejoran las actitudes hacia la discapacidad, sino que también desarrollan habilidades motoras avanzadas y estratégicas en los estudiantes.

En base al contenido de los 8 trabajos analizados y con apoyo de dos trabajos fin de máster de Benito, D. (2023) y de tesis doctoral de Ocete, C. (2016), hemos elaborado una serie de criterios a tener en cuenta y su justificación para la preparación de nuestra propuesta práctica que será una situación de aprendizaje de deporte adaptado para segundo ciclo de secundaria (3º y 4º de ESO).

Los principales hallazgos para diferenciar los contenidos a trabajar en cada ciclo, así como los aspectos a interiorizar para la puesta en práctica de nuestra situación de aprendizaje se describen en las tablas 3 y 4.

Tabla 3
Aspectos a tener en cuenta para la elaboración de nuestra Situación de Aprendizaje

Aspecto	Descripción	Autores Relevantes
<i>Identificación de NEE</i>	Es crucial identificar las necesidades específicas de los estudiantes con diversidad funcional para adaptar las actividades de manera adecuada.	Benito (2023), Ocete (2017)
<i>Inclusión y Sensibilización</i>	Promover la sensibilización hacia la diversidad funcional para eliminar prejuicios y estereotipos, creando un ambiente inclusivo.	Abellán et al. (2018), Pérez-Torralba (2019)
<i>Modelo de Enseñanza Comprensiva</i>	Utilizar modelos de enseñanza comprensiva que promuevan la comprensión del deporte y la participación de todos los estudiantes, independientemente de sus capacidades.	Benito (2023)
<i>Elementos del Modelo de Educación Deportiva</i>	Incorporar el uso de roles, trabajo en equipo y eventos finales para fomentar la participación y el aprendizaje significativo.	Benito (2023)
<i>Actividades Adaptadas</i>	Diseñar actividades que permitan la participación de todos los estudiantes, como juegos de percepción espacial, familiarización con equipos específicos y deportes adaptados.	Benito (2023), Abellán & Sáez-Gallego (2017)
<i>Evaluación Continua</i>	Implementar una evaluación continua para ajustar las actividades según las necesidades y progresos de los estudiantes.	Benito (2023)
<i>Utilización de TIC</i>	Emplear tecnologías de la información y comunicación para mejorar la accesibilidad y la comprensión de las actividades por parte de los estudiantes.	Benito (2023)
<i>Instalaciones y Equipamiento</i>	Asegurarse de que las instalaciones y el material deportivo sean adecuados y accesibles para todos los estudiantes.	Benito (2023)
<i>Deportes Adaptados Utilizados</i>	Boccia, goalball, baloncesto en silla de ruedas, voleibol sentado y atletismo adaptado.	Benito (2023), Abellán et al. (2018), Pérez-Torralba (2019)
<i>Importancia de la Formación Docente</i>	La formación y actitud del profesorado hacia la inclusión es fundamental para la implementación efectiva de programas inclusivos.	Ocete (2017)

<i>Actividades Propuestas por Otros Autores</i>	Uso de deportes adaptados para fomentar la inclusión y respeto, talleres de atletismo adaptado, actividades de juego y convivencia.	Ocete (2017)
<i>Número de sesiones</i>	Una Unidad Didáctica de deporte adaptado puede consistir en 8 sesiones.	Benito (2023)
<i>Número de deportes adaptados trabajados</i>	Se pueden trabajar hasta 5 deportes adaptados en una Unidad Didáctica: boccia, goalball, baloncesto en silla de ruedas, voleibol sentado y atletismo adaptado, por ejemplo.	Benito (2023)
<i>Objetivos de la Unidad Didáctica</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Practicar diferentes deportes adaptados, actuando con deportividad y colaborando en la toma de decisiones. 2. Vivenciar diferentes tipos de diversidad visual y motriz, respetando la diversidad, el material y las instalaciones. 3. Interpretar y actuar de manera correcta en situaciones de juego, adecuándose a las acciones de compañeros y adversarios. 	Benito (2023)
<i>Cosideraciones / Limitaciones</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Formación del profesorado: La falta de formación adecuada de los profesionales de educación física es una limitación significativa para la implementación efectiva de los deportes adaptados en el currículo. 2. Estructuración del contenido: No existe una estructuración detallada y práctica de los contenidos de deporte adaptado en el currículo de la ESO, lo cual puede dificultar su aplicación 3. Recursos y apoyo: La implementación exitosa requiere recursos suficientes y apoyo institucional, lo cual no siempre está disponible en todos los centros educativos. 4. Sensibilización y concienciación: Es crucial sensibilizar tanto a los alumnos como a los docentes sobre la importancia y los beneficios de la inclusión y la práctica de deportes adaptados. 	Ocete (2017)

Tabla 4

Modalidades deportivas en función del ciclo de secundaria con el que vayamos a trabajar.

Curso	Deporte Adaptado	Justificación
1º y 2º ESO	Boccia	Demanda física/maduración: Boccia es un deporte menos exigente físicamente, adecuado para alumnos más jóvenes que están desarrollando habilidades motoras básicas. Material: Se necesita un espacio liso y bolas, accesible para la mayoría de las escuelas. Accesibilidad: Fácil de adaptar y jugar en entornos escolares.
	Goalball	Demanda física/maduración: Adecuado para la edad debido a su enfoque en habilidades sensoriales y cooperación. Material: Balones sonoros y antifaces. Accesibilidad: Puede ser practicado en gimnasios escolares.
	Carreras cortas y saltos simples	Demanda física/maduración: Actividades que requieren menor resistencia y mayor coordinación, adecuadas para alumnos más jóvenes. Material: Conos y colchonetas. Accesibilidad: Espacios como pistas escolares o gimnasios
	Lanzamiento de pelota	Demanda física/maduración: Permite a los estudiantes desarrollar la fuerza básica y la técnica. Material: Pelotas de diferentes pesos. Accesibilidad: Puede realizarse en patios escolares
	Fútbol 7 para PC	Demanda física / maduración: La estructura del juego fomenta el desarrollo de habilidades motoras, coordinación y trabajo en equipo, es menos exigente físicamente comparado con otras variantes de fútbol. Material: elementos básicos del fútbol: balones y pista / portería. Accesibilidad: deporte practicado tanto en interior como en pistas exteriores.
3º y 4º ESO	Baloncesto en silla de ruedas	Demanda física/maduración: Requiere mayor fuerza y coordinación, adecuada para adolescentes más mayores. Material: Sillas de ruedas deportivas y un espacio de baloncesto. Accesibilidad: Necesita inversión en sillas de ruedas, pero puede aprovechar instalaciones existentes.
	Voleibol sentado	Demanda física/maduración: Exigente en términos de coordinación y fuerza muscular, ideal para estudiantes de mayor madurez física. Material: Red de voleibol y balones. Accesibilidad: Fácil de implementar en las instalaciones deportivas escolares.
	Carreras de relevos y lanzamientos	Demanda física/maduración: Requiere coordinación avanzada y mayor resistencia, apropiadas para estudiantes con más desarrollo físico. Material: Testigos de relevos, jabalinas y discos. Accesibilidad: Requiere pistas de atletismo bien equipadas
	Fútbol 5 para ciegos.	Demanda física / maduración: Requiere coordinación avanzada y mejor relación del cuerpo con el espacio. Material: balón sonoro, antifaces y delimitadores de campo. Accesibilidad del entorno: puede ser jugado en cualquier campo de fútbol escolar con ligeras adaptaciones, como la instalación de barreras auditivas y la señalización del área de juego, a ser posible en entornos seguros y mejor en interior.
	Saltos de longitud y altura	Demanda física/maduración: Actividades que requieren técnica avanzada y mayor fuerza. Material: Colchonetas y barras ajustables. Accesibilidad: Necesita instalaciones adecuadas para la seguridad y eficacia de la práctica.

4. Propuesta práctica

A continuación, se van a plantear 8 sesiones prácticas que recogerán todas las consideraciones recogidas en la revisión bibliográfica:

Identificación situación aprendizaje	Título:	"PARALÍMPICOS"				Temporalización					
	Materia(s) / Módulo(s):	EDUCACIÓN FÍSICA		Nivel:	4ºESO	Nº S.A.:	5	Trimestre:	2º	Nº clases:	8
	Descripción:	En la siguiente SA se trabajarán diferentes deportes adaptados, haciendo hincapié en sus normativas y adaptaciones para favorecer la inclusión. Aprovecharemos esta SA para fomentar los valores de inclusión y respeto, creando un clima inclusivo para el alumnado.									
	Tareas previstas	Se realizará un breve recordatorio de los deportes adaptados practicados en el primer ciclo de la ESO para posteriormente implementar deportes adaptados nuevos. Dichos deportes a practicar serán: baloncesto en silla de ruedas, voleibol sentado, fútbol 5 para DV y atletismo en las modalidades de salto y relevos para DV.									
	Valoración del progreso aprendizaje	Se valorará el progreso de aprendizaje mediante la utilización de rúbricas para valorar la implicación en las clases, la participación activa y el conocimiento de las características particulares de adaptación de cada deporte.									
	Producto final (evidencias)	Se le pedirá al alumnado que sea capaz de crear situaciones y tareas de deporte adaptado para favorecer la inclusión de compañeros/as NEAE.									
Contexto	Personal	x	Educativo	x	Social	x	Profesional	x			
Concreción curricular	Competencias clave	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC		
		x		x	x	x	x	x	x		
	Competencias específicas	<ul style="list-style-type: none"> - CE1: Integrar un estilo de vida activo mediante la práctica de la actividad física y deportiva autorregulada y el establecimiento de conexiones entre los hábitos de comportamiento cotidianos y el bienestar físico y mental. - CE2: Resolver con éxito diferentes retos y situaciones motrices a través de propuestas físicas y deportivas específicas aplicando las técnicas y estrategias de juego adecuadas. - CE3: Participar en procesos de creación de naturaleza artístico-expresiva mediante el uso del cuerpo, el gesto y el movimiento como medios de autoconocimiento para expresar ideas y sentimientos. - 									
	Criterios de evaluación	1.3 2.1, 2.2, 2.3 3.1, 3.2, 3.3			Saberes básicos			BLOQUE II. Subbloque 5.2. Grupo 2: El deporte inclusivo y adaptado			
Estrategias metodológicas: Mando directo / Asignación de tareas / Descubrimiento guiado / Resolución de problemas.											

	Medios y recursos	Espacios/ Instalaciones: Pistas polideportivas con canastas y porterías y gimnasio.
		Materiales: Silla de ruedas, balones sonoros, balones de baloncesto, testigos, balones medicinales, balones de voleibol, colchonetas, antifaces, aros y picas.
	Resultados de aprendizaje: 1. Conocer y organizar actividades colectivas e individuales sobre deporte adaptado para favorecer la inclusión. 2. Vivenciar diferentes tipos de discapacidad visual y motriz respetando la diversidad, el material, las instalaciones y su identidad corporal para mejorar la sensibilización. 3. Interpretar y actuar de manera correcta en situaciones reales de juego, adecuándose a la actuación de compañeros/as y adversarios en los deportes adaptados practicados.	
	Niveles de respuesta educativa para la inclusión: - Nivel 3: se buscará favorecer el buen clima clase, la cooperación, el trabajo en equipo, la participación activa de manera que refuercen positivamente sus propios valores. - Nivel 4: Hipoacusia. Adecuar los objetivos y contenidos. Dar la hoja de la sesión previamente para que no pierda el hilo de la clase. Dejaremos que elija un compañero/a para que le sirva de guía. En fútbol 5 para DV hará el rol de portero. En goalball hará el rol de lanzador.	
Desarrollo situación aprendizaje	Secuenciación de las tareas previstas por clases	
	<ul style="list-style-type: none"> - Clase 1. “Recordando: Boccia, goalball y deportes adaptados”. Repaso práctico de boccia y goalball, con discusiones grupales y minijuegos para reforzar conceptos y técnicas. - Clase 2. “Encesta rodando”. Ejercicios de tiro y pases en baloncesto en silla de ruedas, finalizando con un minipartido para aplicar las habilidades practicadas. - Clase 3. “Driblando sobre ruedas”. Prácticas de dribling y control del balón en silla de ruedas, seguido de ejercicios de pase rápido y minijuegos de 3 contra 3. - Clase 4. “Volea desde el suelo.” Técnicas de recepción y colocación en voleibol sentado, concluyendo con un partido modificado para aplicar lo aprendido. - Clase 5. “Redes bajas, diversión alta.” Prácticas de saque y remate en voleibol sentado, seguido de juegos de equipo para mejorar la coordinación y la estrategia. - Clase 6. “Goles a ciegas”. Ejercicios de conducción y pase con antifaces en fútbol 5 para ciegos, concluyendo con un partido usando balones sonoros. - Clase 7. “Corre y salta sin mirar”. Carreras guiadas y salto de longitud con asistencia, enfocándose en la coordinación y la confianza entre guías y corredores. - Clase 8. “Inventores del juego”. Creación y presentación de juegos adaptados en grupos, promoviendo la creatividad y la inclusión, seguidos de prácticas de las actividades diseñadas. 	

Tabla 6

Distribución de las 8 clases propuestas en la situación de aprendizaje.

Aspecto		Descripción			
Clase		Inclusión mediante repaso y práctica de boccia y goalball			
N.º de Clase		1 - “Recordando: Boccia, goalball y deportes adaptados”.			
N.º de Alumnos		30			
Tiempo		55 min			
Material		Bolas de boccia, balones sonoros, antifaces, conos			
Espacio		Pista multideporte o sala indoor del gimnasio			
Objetivos		Repasar conceptos y técnicas de boccia y goalball, fomentar la participación y el trabajo en equipo			

Fase	Tiempo	Descripción de la Acción	Organización Grupal	Adaptaciones	Estilo de Enseñanza
Calentamiento	10 min	Estiramientos dinámicos y juegos de pases con pelotas de boccia y goalball.	Parejas	Bolas más ligeras para alumnos con menor fuerza	Enseñanza directa
Parte Principal	40 min	1. Lanzamiento a blanco fijo y móvil en boccia (10 min). 2. Mini partidos Boccia (10 min) 3. Pase y recepción balones goalball (5 min) 4. Mini partidos goalball (15 min)	Grupos de 4	Uso de bolas más ligeras y guías para alumnos con dificultades.	Enseñanza cooperativa
Vuelta a la Calma	5 min	Juego de la bomba	Todos a la vez	Supervisión para realizar los estiramientos correctamente	Enseñanza guiada

Aspecto	Descripción				
Clase	Inclusión mediante baloncesto en silla de ruedas				
N.º de Clase	2 - “Encesta rodando” .				
N.º de Alumnos	30				
Tiempo	55 min				
Material	Sillas de ruedas deportivas, balones de baloncesto, conos				
Espacio	Pista multideporte o sala indoor del gimnasio				
Objetivos	Practicar habilidades de tiro y pase en baloncesto en silla de ruedas, fomentar la coordinación y la estrategia				

Fase	Tiempo	Descripción de la Acción	Organización Grupal	Adaptaciones	Estilo de Enseñanza
Calentamiento	10 min	Desplazamientos en silla y estiramientos activos	Individual	Sillas ajustadas para alumnos con diferentes necesidades	Enseñanza directa
Parte Principal	35 min	1. Técnica de tiro (10 min). 2. Desplazamientos con balón (10 min). 3. Pase y recepción en parejas (10 min). 4. Minipartido (5 min)	Parejas, tríos, 3x3	Sillas con adaptaciones para mejor movilidad	Enseñanza cooperativa
Vuelta a la Calma	10 min	Respiración y estiramientos	Individual	Supervisión para realizar los estiramientos correctamente	Enseñanza guiada

Aspecto	Descripción
Clase	Inclusión mediante baloncesto en silla de ruedas
N.º de Clase	3 - “Driblando sobre ruedas”
N.º de Alumnos	30
Tiempo	55 min
Material	Sillas de ruedas deportivas, balones de baloncesto, conos
Espacio	Pista multideporte o sala indoor del gimnasio
Objetivos	Mejorar el dribling y el control del balón en silla de ruedas, fomentar la rapidez y la precisión

Fase	Tiempo	Descripción de la Acción	Organización Grupal	Adaptaciones	Estilo de Enseñanza
Calentamiento	10 min	Juegos de movilidad articular y sprints suaves en silla	Individual	Ajustes en sillas para mejor movilidad	Enseñanza directa
Parte Principal	35 min	1. Técnica de dribling (10 min) 2. Ejercicios de control del balón (10 min) 3. Pase rápido en parejas (10 min) 4. Minijuegos de 3 contra 3 (5 min)	Parejas y equipos de 3	Sillas con adaptaciones para mejor movilidad	Enseñanza cooperativa
Vuelta a la Calma	10 min	Estiramientos y respiración profunda	Individual	Supervisión para realizar los estiramientos correctamente	Enseñanza guiada

Aspecto	Descripción
Situación de Aprendizaje	Inclusión mediante voleibol sentado
N.º de Clase	4 – “Volea desde el suelo”
N.º de Alumnos	30
Tiempo	55 min
Material	Red de voleibol, balones, conos
Espacio	Pista multideporte o sala indoor del gimnasio
Objetivos	Practicar técnicas de recepción y colocación en voleibol sentado, mejorar la coordinación y el trabajo en equipo

Fase	Tiempo	Descripción de la Acción	Organización Grupal	Adaptaciones	Estilo de Enseñanza
Calentamiento	10 min	Juegos de coordinación con pelotas y estiramientos dinámicos	Individual	Balones más ligeros para alumnos con menor fuerza	Enseñanza directa
Parte Principal	35 min	1. Técnica de recepción (10 min) 2. Colocación en parejas (10 min) 3. Saque (10 min) 4. Partido modificado (5 min)	Parejas y equipos	Ajuste de la red y tamaño del balón	Enseñanza cooperativa
Vuelta a la Calma	10 min	Estiramientos y técnicas de respiración	Individual	Supervisión para realizar los estiramientos correctamente	Enseñanza guiada

Aspecto	Descripción
Clase	Inclusión mediante voleibol sentado
N.º de Clase	5 - “Redes bajas, diversión alta.”
N.º de Alumnos	30
Tiempo	55 min
Material	Red de voleibol, balones, conos
Espacio	Pista multideporte o sala indoor del gimnasio
Objetivos	Practicar saques y remates en voleibol sentado, mejorar la coordinación y la estrategia de equipo

Fase	Tiempo	Descripción de la Acción	Organización Grupal	Adaptaciones	Estilo de Enseñanza
Calentamiento	10 min	Juegos de calentamiento con balón y estiramientos dinámicos	Individual	Balones más ligeros para alumnos con menor fuerza	Enseñanza directa
Parte Principal	35 min	1. Técnica de saque (10 min) 2. Técnica de remate (10 min) 3. Juegos de equipo (10 min) 4. Minipartido (5 min)	Parejas y equipos	Ajuste de la red y tamaño del balón	Enseñanza cooperativa
Vuelta a la Calma	10 min	Estiramientos y técnicas de relajación	Individual	Supervisión para realizar los estiramientos correctamente	Enseñanza guiada

Aspecto	Descripción
Situación de Aprendizaje	Inclusión mediante fútbol 5 para ciegos
N.º de Clase	6 - “Goles a ciegas”.
N.º de Alumnos	30
Tiempo	55 min
Material	Balones sonoros, antifaces, conos
Espacio	Pista multideporte o sala indoor del gimnasio
Objetivos	Practicar habilidades de conducción y pase en fútbol para ciegos, mejorar la confianza y la cooperación

Fase	Tiempo	Descripción de la Acción	Organización Grupal	Adaptaciones	Estilo de Enseñanza
Calentamiento	10 min	Juegos de activación muscular con balón sonoro y estiramientos	Individual	Supervisión y asistencia durante el calentamiento	Enseñanza directa
Parte Principal	35 min	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ejercicios de conducción con antifaz (10 min) 2. Ejercicios de pase y recepción (10 min) 3. Ejercicios de tiro a portería (10 min) 4. Minipartido con balones sonoros (5 min) 	Parejas y equipos de 5	Asistentes para guiar y supervisar	Enseñanza cooperativa
Vuelta a la Calma	10 min	Estiramientos y técnicas de respiración	Individual	Supervisión para realizar los estiramientos correctamente	Enseñanza guiada

Aspecto	Descripción
Situación de Aprendizaje	Inclusión mediante carreras guiadas y salto de longitud con asistencia
N.º de Clase	7 - “Corre y salta sin mirar” .
N.º de Alumnos	30
Tiempo	55 min
Material	Antifaces, conos, cintas para marcar áreas
Espacio	Pista de atletismo o área al aire libre
Objetivos	Practicar la coordinación y confianza en carreras y saltos con asistencia

Fase	Tiempo	Descripción de la Acción	Organización Grupal	Adaptaciones	Estilo de Enseñanza
Calentamiento	10 min	Ejercicios de movilidad y estiramientos dinámicos	Individual	Supervisión para alumnos con movilidad reducida	Enseñanza directa
Parte Principal	35 min	1. Carreras guiadas en parejas (10 min) 2. Ejercicios de coordinación (10 min) 3. Ejercicios de salto de longitud con asistencia (10 min) 4. Minijuegos de carreras y saltos (5 min)	Parejas	Uso de guías para seguridad	Enseñanza cooperativa
Vuelta a la Calma	10 min	Estiramientos y relajación	Individual	Supervisión para realizar los estiramientos correctamente	Enseñanza guiada

Aspecto	Descripción
Situación de Aprendizaje	Creación y presentación de juegos adaptados
N.º de Clase	8 - “ Inventores del juego ”.
N.º de Alumnos	30
Tiempo	55 min
Material	Material variado (balones, conos, cuerdas, etc.)
Espacio	Pista multideporte o sala indoor del gimnasio
Objetivos	Fomentar la creatividad y la inclusión mediante la creación de juegos adaptados

Fase	Tiempo	Descripción de la Acción	Organización Grupal	Adaptaciones	Estilo de Enseñanza
Calentamiento	10 min	Juegos de activación y estiramientos dinámicos	Grupos pequeños	Supervisión para alumnos con movilidad reducida	Enseñanza directa
Parte Principal	35 min	1. Brainstorming y planificación de juegos (10 min) 2. Creación de juegos en grupos (10 min) 3. Presentación de los juegos (10 min) 4. Práctica de los juegos creados (5 min)	Grupos de 5	Material adaptado según necesidades	Enseñanza colaborativa
Vuelta a la Calma	10 min	Estiramientos y reflexión sobre la clase	Individual	Supervisión para realizar los estiramientos correctamente	Enseñanza guiada

5. Conclusiones

Diversos estudios han demostrado que la inclusión de deportes adaptados en las clases de EF tiene un impacto significativo en la sensibilización social y la educación en valores. Abellán y Sáez-Gallego (2017) y Pérez-Torralba (2019) destacan que estos deportes no solo mejoran las actitudes hacia la discapacidad, sino que también promueven la cooperación y el respeto, por tanto, deben estar integrados en las programaciones de aula de los docentes en secundaria.

Así mismo, los deportes adaptados son herramientas interesantes para trabajar aspectos físicos, cognitivos y sociales en estudiantes de primaria y secundaria, tal y como comentan diversos autores como Ocete (2016) o Benito (2023)

Aunque el currículo de la Comunidad Valenciana incluye el deporte adaptado en el Bloque 5 de "Manifestaciones de la cultura motriz", falta una guía detallada sobre cómo estructurar estos contenidos. Este vacío puede dificultar la implementación efectiva de prácticas inclusivas. La revisión destaca la importancia de una adecuada planificación y estructuración de los contenidos de deporte adaptado para garantizar su integración efectiva en el currículo de la ESO.

La revisión de las tablas de las 8 clases propuestas en el documento sugiere que la elección de deportes adaptados debe basarse en la edad y el desarrollo físico de los estudiantes. Por ejemplo, para los estudiantes de 1º y 2º de ESO, deportes como boccia y goalball son apropiados debido a su menor demanda física y su enfoque en habilidades sensoriales y de cooperación. En cambio, para los estudiantes de 3º y 4º de ESO, deportes como el baloncesto en silla de ruedas y el voleibol sentado, que requieren mayor fuerza y coordinación, son más adecuados.

Las clases de baloncesto en silla de ruedas, boccia, goalball y voleibol sentado ofrecen oportunidades únicas para que los estudiantes desarrollen no solo habilidades físicas sino también competencias sociales y valores de inclusión. Por ejemplo, las sesiones de baloncesto en silla de ruedas ("Encesta rodando" y "Driblando sobre ruedas") no solo mejoran la coordinación y la técnica en el deporte, sino que también promueven la empatía y la cooperación entre los alumnos. Estos hallazgos coinciden con los resultados de Pérez J. & Sampedro J. (2003), quienes subrayan la importancia de adaptar las actividades deportivas para incluir a todos los alumnos sin comprometer la calidad educativa.

Existen varias limitaciones y desafíos que deben abordarse para la implementación efectiva de deportes adaptados en el currículo de EF. Entre ellas se incluyen la falta de formación adecuada del profesorado, la necesidad de una mejor estructuración de los



contenidos, la disponibilidad de recursos y apoyo institucional, y la importancia de sensibilizar tanto a los alumnos como a los docentes sobre los beneficios de la inclusión y la práctica de deportes adaptados.

En conclusión, la integración del deporte adaptado en las clases de EF de la ESO es esencial para promover la inclusión y mejorar las actitudes hacia la discapacidad (Abellán, 2017). Esto requiere una planificación cuidadosa, una formación adecuada del profesorado y el uso de deportes adaptados como herramientas educativas efectivas.

Los estudios revisados proporcionan una base sólida para argumentar a favor de estas prácticas y resaltan la necesidad de seguir desarrollando estrategias para incluir a todos los estudiantes en las actividades físicas escolares. La bibliografía revisada respalda estas conclusiones y subraya la importancia de continuar investigando y mejorando las prácticas inclusivas en el ámbito educativo.



6. Referencias

- Abellán, J. A., Sáez-Gallego, N. M., & Olivares, S. C. (2018). *La boccia como deporte adaptado y sensibilizador en Educación Física en Educación Secundaria*. Sport TK, 7(2), 109-114. <https://doi.org/10.6018/sportk.343011>
- Abellán, J. A., & Sáez-Gallego, N. M. (2017). Los para-deportes como contenido de educación física en primaria: el ejemplo de la boccia. *Didacticae*, 2, 134-142. <https://doi.org/10.1344/did.2017.2.134-142>
- Abellán, J., & Segovia, Y. (2022). El programa MED-ApS Sensibilizador y su efecto sobre las actitudes hacia la discapacidad. *Didacticae*, 12, 74-87. <https://doi.org/10.1344/did.2022.12.74-87>
- Benito, D. (2023). "Superando Barreras": una propuesta didáctica de deporte adaptado sensibilizadora hacia la diversidad funcional (discapacidad). Trabajo de fin de máster, Universidad Europea de Valencia.
- Booth, T., & Ainscow, M. (2015). Guía para la educación inclusiva: desarrollando el aprendizaje y la participación en los centros escolares. MINISTERIO DE EDUCACION. <https://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/123456789/4642/>
- Cabero Almenara, J., & Valencia Ortiz, R. (2019). Inclusión educativa: inclusión digital. *Revista Educación Inclusiva*, 2(1), 61-77. <https://doi.org/10.15517/rei.v2i1.30557>
- Campos-Campos, K., Pino, I., Peña, E., Valderrama, C., Wall, C. E., & Cáceres, F. (2023). Efecto de una intervención basada en deportes paralímpicos sobre las actitudes hacia la inclusión de estudiantes con discapacidad en clases de Educación Física. *Retos Digital/Retos*, 50, 644-650. <https://doi.org/10.47197/retos.v50.99760>
- Conselleria d'Educación, Cultura i Esport de la Comunitat Valenciana. (2023). Educación Física.
- Díaz Pérez, D., López-Chávez, V. H., & Deroy Domínguez, D. (2016). Construyendo espacios de inclusión para personas con discapacidad intelectual en Cuba. *Estudios Del Desarrollo Social: Cuba Y América Latina*, 4(Extra). Recuperado a partir de <https://revistas.uh.cu/revflacso/article/view/6018>
- Florian, L. (2014). *The SAGE Handbook of Special Education*. SAGE.
- Gómez, J. (2009). Adaptación unidad didáctica: baloncesto en silla de ruedas. *Revista Digital*, Año 14, N° 135.
- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.

- Lozano, L., & Ros, C. (2017). La influencia de la práctica de deportes adaptados en comparación con deportes tradicionales en clases de educación física en bachillerato. *Retos*, 31, 198-202.
- Ocete, C. O. (2017). «Deporte inclusivo en la escuela»: diseño y análisis de un programa de intervención para promover la inclusión del alumnado con discapacidad en Educación Física. Tesis Doctoral. <https://doi.org/10.20868/upm.thesis.39683>
- Palomares, A., & González, A. C. (2012). La educación inclusiva del alumnado con necesidades especiales en la Educación Secundaria Obligatoria de la Región de Murcia. *Educación*, 48(2), 272-277.
- Pérez, D. D., López-Chávez, V. H., & Dominguez, D. D. (2016). Construyendo espacios de inclusión para personas con discapacidad intelectual en Cuba. Building Inclusive Spaces for People with Intellectual Disabilities in Cuba. <https://doaj.org/article/db549e08024944228cfe1d8c1bcd2608>
- Pérez Tejero, J., & Sanpedro, J. (2003). Progresión para la iniciación al Baloncesto en Silla de Ruedas. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 8(57).
- Reina, R. (2010). La actividad física y deporte adaptado ante el Espacio Europeo de Enseñanza Superior. Sevilla: Wanceulen.
- Robles-Rodríguez, J., Abad-Robles, M. T., Fuentes-Guerra, J. G., & Benito-Peinado, P. (2017). Los deportes adaptados como contribución a la educación en valores y a la mejora de las habilidades motrices: la opinión de los alumnos de Bachillerato. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 32, 140-145. http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/10272/15064/2/Deportes_adaptados_valores.pdf
- Rubio, L., Campo, L., & Sebastiani, E. M. (2014). Manual de educación física adaptada al alumnado con discapacidad. Paidotribo.
- Santa Cruz Lebrero, M. (2017). La inclusión de personas con diversidad funcional en el ámbito educativo. *Red Social Educativa*. <https://redsociedad.reduceduca.net/la-inclusion-de-personas-con-diversidad-funcional>
- UNESCO. (2009). Policy guidelines on inclusion in education.
- Hernández Vázquez, Francisco Javier. El deporte para atender la diversidad: deporte adaptado y deporte inclusivo. *Apunts. Educación física y deportes*, 2000, Vol. 2, n.º 60, pp. 46-53, <https://raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/306962>.